

**HUBUNGAN PEMAKAIAN KONTRASEPSI SUNTIK 3
BULAN DENGAN KENAIKAN BERAT BADAN (BB)
DI PMB SITI MASITHOH**

**RELATIONSHIP WITH THE USE OF INJECTIVE CONTRACEPTIONS 3
MONTHS WITH WEIGHT INCREASE (BB)
AT PMB SITI MASITHOH**

Siti Masithoh¹, Desy Widyastutik² Ernawati³

Universitas Kusuma Husada Surakarta

ABSTRAK

Keluarga berencana adalah upaya yang dilakukan untuk mengatur kelahiran anak, jarak dan usia ideal melahirkan. Salah satu cara untuk menunda kehamilan yaitu dengan menggunakan alat kontrasepsi. Penggunaan kontrasepsi jenis suntik baik kontrasepsi bulanan maupun tribulan memiliki efek samping berupa perubahan berat badan. Kenaikan berat badan merupakan efek samping yang sering kali dikeluhkan oleh pengguna akseptor suntik. Tujuan penelitian ini adalah Untuk mengetahui hubungan pemakaian kontrasepsi suntik KB 3 bulan dengan kenaikan berat badan akseptor KB di PMB Siti Masithoh. Metode penelitian ini bersifat analitik korelasional dengan pendekatan cross sectional study. Populasi dalam penelitian ini adalah akseptor KB suntik 3 bulan yang berjumlah 857 orang, dengan jumlah sampel 90 orang. **Metode** analisis yang digunakan yaitu analisis bivariat dan univariat. Berdasarkan **hasil penelitian** menggunakan uji chi square menunjukkan hasil sebagai berikut , dari 90 akseptor sebanyak 72 akseptor (80%) menggunakan KB suntik 3 bulan selama lebih dari 12 bulan (>12 bulan), kemudian dari 90 akseptor sebanyak 61 akseptor (67,7%) mengalami kenaikan berat badan selama menggunakan alat kontrasepsi suntik 3 bulan. Hasil uji chi square juga menunjukkan adanya hubungan lama penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan dengan peningkatan berat badan akseptor KB suntik 3 bulan dengan nilai p value = 0,000 < a= 0,05.

Kata kunci: Kontrasepsi, suntik 3 bulan, berat badan

ABSTRACT

Family planning is an effort made to regulate the birth of children, the distance and ideal age at which they should give birth. One way to delay pregnancy is to use contraception. The use of injectable contraceptives, both monthly and trimonthly, has side effects in the form of changes in body weight. Weight gain is a side effect that injectable acceptor users often complain about. The aim of this study was to determine the relationship between the use of 3-month contraceptive injections and the weight gain of birth control acceptors at PMB Siti Masithoh. This **research method** is correlational analytical with a cross sectional study approach. The population in this study were 3-month injectable contraceptive acceptors, totaling 857 people, with a sample size of 90 people. The analytical methods used are bivariate and univariate analysis. Based on **the results of research** using the chi square test, it shows the following results, of the 90 acceptors, 72 acceptors (80%) used 3-month injectable contraceptives for more than 12 months (>12 months), then of the 90 acceptors, 61 acceptors (67.7%) experienced weight gain while using injectable contraceptives for 3 months. The results of the chi square test also show that there is a relationship between the duration of using injectable contraceptives for 3 months and the increase in body weight of 3-month injectable contraceptive acceptors with a p value = 0.000 < α = 0.05.

Key words: Contraception, 3 month injection, body weight

PENDAHULUAN

Jumlah penduduk di Indonesia terus mengalami peningkatan sepanjang satu dekade terakhir. Berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik (BPS), jumlah penduduk Indonesia diproyeksikan sebanyak 275,77 juta jiwa pada tahun 2022. Jumlah tersebut naik sebesar 1,13% dibandingkan tahun sebelumnya yang sebanyak 272,68 juta jiwa. Lebih lanjut BPS juga memproyeksikan bahwa jumlah kelahiran mencapai 4,45 juta jiwa pada tahun 2022, dimana angka tersebut meningkat 0,22 dari tahun lalu yang sebesar 4,44 juta jiwa.

Berdasarkan Badan Pusat Statistik (2020) diketahui jumlah penduduk Indonesia sepanjang tahun 2010 hingga 2022 terus mengalami peningkatan. Pada tahun 2010 jumlah penduduk Indonesia sebesar 237,63 juta jiwa, tahun 2011 sebesar 241,99 juta jiwa, tahun 2012 sebesar 245,43 juta jiwa, tahun 2013 sebesar 248,82 juta jiwa, tahun 2014 sebesar 252,16 juta jiwa, tahun 2015 sebesar 255,46 juta jiwa, tahun 2016 sebesar 258,5 juta jiwa, tahun 2017 sebesar 261,36 juta jiwa, tahun 2018 sebesar 264,16 juta jiwa, tahun 2019 sebesar 266,91 juta jiwa, tahun 2020 sebesar 270,2 juta jiwa, tahun 2021 sebesar 272,68 juta jiwa, dan di tahun 2022 sebesar 275,77 juta jiwa.

Peningkatan penduduk yang relatif tinggi dan tidak seimbang setiap tahunnya

mengakibatkan adanya tekanan yang berat diberbagai bidang penyediaan pangan, sandang, perumahan, lapangan kerja, pendidikan, kesehatan dan lainnya. Untuk menangani permasalahan tersebut pemerintah membuat program Keluarga

Berencana (KB) untuk mengendalikan laju pertumbuhan penduduk (Asyah et al, 2019).

Keluarga berencana adalah upaya yang dilakukan untuk mengatur kelahiran anak, jarak dan usia ideal melahirkan, kehamilan, melalui promosi perlindungan dan bantuan sesuai dengan hak reproduksi untuk mewujudkan keluarga yang berkualitas (Kemenkes RI, 2014). Indikator keikutsertaan keluarga dalam mengikuti program ber-KB adalah dengan menggunakan salah satu alat kontrasepsi. Terdapat dua macam metode kontrasepsi yaitu, kontrasepsi hormonal dan kontrasepsi non hormonal (Affandi, 2013). Kontrasepsi menurut kandungannya terbagi menjadi dua jenis yaitu, hormonal kombinasi yang meliputi pil, suntik kombinasi, dan hormonal progesteron yang meliputi minipil, implant, dan suntik progestin. Penggunaan kontrasepsi biasanya akan menimbulkan efek samping yang berbeda berdasarkan jenis kontrasepsi apa yang di pakai. Pada umumnya akseptor mengalami efek samping seperti gangguan menstruasi, *spotting*, nyeri payudara, dan penambahan berat badan.

Berdasarkan data Profil Kesehatan Indonesia 2022, angka pencapaian akseptor Keluarga Berencana (KB) di Indonesia pada tahun 2022 tercatat sebesar 55,36% dari Pasangan Usia Subur (PUS), persentasi tersebut meningkat 0,3% dibandingkan tahun lalu yang sebesar 55,06%. Adapun alat kontrasepsi yang

paling banyak digunakan berupa suntik yaitu sebesar 56,01%, sedangkan yang lainnya sebesar 18,18% menggunakan alat kontrasepsi berupa pil, kemudian 9,49% memakai susuk KB atau implant.

Kontrasepsi hormonal jenis suntik dibagi menjadi dua jenis yaitu, KB suntik 1 bulanan dan KB suntik 3 bulanan. Perbedaan dari KB suntik 1 bulanan dan KB suntik 3 bulanan yaitu pada KB suntik 1 bulanan mengandung hormon kombinasi estrogen dan progesteron meliputi kombinasi MPA dengan estradiol cypionate dan kombinasi NET-EN dengan *estradiol valerate*. Sedangkan pada suntik KB 3 bulanan hanya mengandung progesteron saja yang meliputi DMPA (*Depo Medroxyprogesterone Acetate*) dan NET-EN (*Norethindrone Enanthate*).

Penggunaan kontrasepsi jenis suntik baik kontrasepsi bulanan maupun tribulan memiliki efek samping berupa Amenorhea (30%), *spotting* (bercak darah), menoragia, dan perubahan berat badan (Sugiyono, 2014). Kenaikan berat badan merupakan efek samping yang sering kali dikeluhkan oleh pengguna akseptor suntik. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Depkes RI kenaikan berat badan rata-rata tiap tahunnya antara 2,3-2,9 kg (Sukarsih, 2012). Faktor yang menyebabkan terjadinya perubahan berat pada akseptor kontrasepsi suntik adalah adanya kandungan hormon progesteron yang kuat sehingga merangsang hormon nafsu makan yang ada pada hipotalamus. Dengan adanya nafsu makan yang lebih banyak dari biasanya, maka tubuh memiliki kelebihan zat-zat gizi yang oleh hormon progesteron dirubah menjadi lemak

yang disimpan dibawah kulit. Peningkatan berat badan ini di akibatkan oleh penumpukan lemak berlebih yang dihasilkan oleh sintesa dari karbohidrat menjadi lemak (Mansjoer, 2003). Studi pendahuluan oleh Sri, et al., (2022), Unti & Ari (2016), dan Purba (2022), mengenai hubungan penggunaan KB suntik dengan kenaikan berat badan, menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara penggunaan kontrasepsi suntik dengan kenaikan berat badan.

Upaya pelayanan KB yang dilakukan PMB Siti Masithoh terhadap akseptor KB yaitu dengan memperbaiki penyediaan metode kontrasepsi dengan mempertimbangkan adanya perbedaan kebutuhan pada akseptor berdasarkan usia, paritas, prevensi besarnya keluarga atau pasangan yang menerima informasi tentang KB yang aman dan efektif sehingga memungkinkan akseptor untuk memilih alat kontrasepsi yang tepat.

Berdasarkan data yang diperoleh dari PMB Siti Masithoh jumlah rata-rata akseptor suntik 3 bulan selama periode Januari hingga Desember tahun 2022 sebanyak 857 orang. Menurut pra survei yang dilakukan pada 25-26 Mei melalui wawancara yang dilakukan kepada 5 (lima) akseptor KB di PMB Siti Masithoh, akseptor suntik KB mengaku mengalami peningkatan berat badan karena nafsu makan yang meningkat. Untuk peningkatan berat badan yang terjadi pada akseptor KB suntik bervariasi antara 1-5 kg dalam satu tahun setelah menggunakan KB suntik 3 bulan. Selain itu, alasan kontrasepsi suntik banyak digunakan karena harga yang relatif terjangkau dan mudah penggunaannya.

Berdasarkan latar belakang tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang bertujuan untuk mengetahui hubungan pemakaian kontrasepsi suntik dengan kenaikan berat badan di PMB Siti Masithoh.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif, Desain penelitian menggunakan pendekatan *cross sectional study* yang bertujuan untuk mengetahui hubungan pemakaian kontrasepsi suntik 3 bulan dengan kenaikan berat badan di PMB Siti Masithoh. Populasi dalam penelitian ini adalah akseptor KB suntik 3 bulan di PMB Siti Masithoh yang melakukan kunjungan pada Januari -Desember 2022 dengan jumlah populasi sebanyak 857 akseptor. Penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* yaitu teknik pengambilan sampel dengan menggunakan kriteria tertentu. Melalui perhitungan maka diperoleh jumlah sampel yang dibutuhkan yaitu 90 responden. Teknik pengambilan data dengan kuesioner dan studi dokumentasi. Tempat Penelitian dilaksanakan di PMD Siti Masithoh Kabupaten Boyolali. Waktu Penelitian dimulai dari bulan Agustus 2023 sampai dengan Oktober 2023. Variabel bebas atau independen dalam penelitian ini adalah penggunaan alat kontrasepsi 3 bulan, sedangkan variabel terikat atau dependen dalam penelitian ini adalah kenaikan berat badan.

Metode statistik untuk Analisa data didapatkan secara Cross Sectional. Adapun uji analisis statistik yang digunakan adalah Uji Chi-Square. Pengambilan kesimpulan dari pengujian hipotesa : H_a diterima dan H_0 ditolak : jika p

value < 0,05 artinya ada hubungan penggunaan alat kontrasepsi suntik 3 bulan dengan kenaikan berat badan. H_a ditolak dan H_0 diterima : jika nilai ρ value > 0,05 tidak ada ada hubungan penggunaan alat kontrasepsi suntik 3 bulan dengan kenaikan berat badan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

1. Karakteristik Umur Responden

Tabel 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Umur

Umur	Jumlah	Presentase (%)
20-30	24	27%
31-40	45	50%
41-50	21	23%
Jumlah	90	100%

Sumber: data primer (diolah)

2. Karakteristik Pendidikan Responden

Tabel 2. Karakteristik Pendidikan Responden

Pendidikan	Jumlah	Presentase (%)
SD	4	4,5%
SMP	22	24,4%
SMA	52	57,8%
D3/S1	12	13,3%
Jumlah	90	100%

Sumber: data primer (diolah)

3. Karakteristik Pekerjaan Responden

Tabel 3. Data Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan

Pekerjaan	Jumlah	Presentase (%)
-----------	--------	----------------

Ibu Rumah Tangga	41	45,5%
PNS	1	1,1%
Swasta	42	46,7%
Lainya	6	6,7%
Jumlah	90	100%

Sumber: data primer (diolah)

4. Distribusi Frekuensi Penggunaan Kontrasepsi Suntik 3 Bulan di PMB Siti Mashitoh

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Penggunaan Kontrasepsi Suntik 3 Bulan di PMB Siti Mashitoh

Penggunaan Kontrasepsi suntik 3 bulan	Frekuensi (n=90)	Presentase (%)
>12 bulan	72	80%
<12 bulan	18	20%
Jumlah	90	100%

Sumber: Data primer (Diolah)

5. Distribusi Frekuensi Peningkatan berat badan Responden

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Perubahan Berat Badan Akseptor Suntik di PMB Siti Masithoh

Peningkatan Berat Badan	Frekuensi (n=90)	Presentase (%)
Ada Kenaikan	61	67,8 %
Tidak ada kenaikan	29	32,2 %
Jumlah	90	100 %

Sumber: Data Primer (Diolah)

6. Uji Bivariat

Tabel 6. Hasil Uji Bivariat

Pengg naan	Peningkatan Berat Badan				Total		Val ue
	Naik		Tidak Naik				
	N	%	N	%	N	%	
>12	5	63	1	16	7	8	0,0
bulan	7	,3	5	,7	2	0	
<12	4	4,	1	15	1	2	
bulan		4	4	,6	8	0	
Jumlah	6	67	2	32	9	1	
	1	,7	9	,3	0	0	
						0	

Sumber: data primer (diolah)

PEMBAHASAN

1. Karakteristik Berdasarkan Umur

Berdasarkan hasil penelitian mayoritas umur responden adalah 20-50 tahun. Responden yang berumur 31-40 tahun berjumlah 45 orang (50%), dan responden yang berumur 41-50 tahun berjumlah 21 orang (23%). Maka dapat disimpulkan bahwa akseptor Suntik KB 3 bulan di PMB Siti Masithoh paling banyak berumur 31-40 tahun. Menurut Saiffudin (2014), usia reproduksi saat seorang wanita adalah antara 20-35 tahun. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada reproduksi sehat.

Berdasarkan data yang diperoleh, usia terendah responden adalah 20 tahun dan usia tertinggi responden adalah 50 tahun. Bahwasanya usia dapat mempengaruhi

penggunaan alat kontrasepsi, melalui usia dapat ditentukan fase-fase untuk menggunakan alat kontrasepsi. Pada usia < 20 tahun yaitu fase menunda kehamilan, usia 20-35 adalah fase usia penjarangan kehamilan, usia > 35 tahun yaitu fase mengakiri kesuburan.

2. Karakteristik Berdasarkan Pendidikan

Berdasarkan hasil penelitian mayoritas pendidikan responden adalah Sekolah Menengah Akhir (SMA/SMK/ sederajat) berjumlah 52 orang (57,8%). Pendidikan bukan menjadi faktor yang mempengaruhi akseptor dalam menentukan pemakaian alat kontrasepsi. Seseorang dengan pendidikan yang tinggi maupun rendah belum tentu mengetahui dan memahami semua metode kontrasepsi. Untuk itu apabila seseorang ingin menggunakan kontrasepsi maka harus benar-benar mengetahui macam-macam kontrasepsi, manfaat, indikasi, dan efek samping dari penggunaan alat kontrasepsi (Hartono, 2015). Berdasarkan dengan teori yang ada maka peneliti berasumsi bahwa pendidikan tidak mempengaruhi responden untuk menentukan penggunaan jenis kontrasepsi, hal ini karena penggunaan kontrasepsi disesuaikan dengan faktor kondisi ekonomi, keefektifan dan faktor lainnya. Sehingga responden dapat menggunakan kontrasepsi suntik berdasarkan dengan kondisi yang berbeda-beda.

3. Karakteristik Berdasarkan Pekerjaan

Berdasarkan hasil mayoritas responden adalah berdasarkan data responden dengan pekerjaan sebagai ibu rumah tangga berjumlah 41 orang (45,5%), dan pekerja swasta yang berjumlah 42 orang (46,7%). Pekerjaan memiliki keterkaitan dengan pendapatan. Menurut penelitian yang dilakukan oleh (Darmawati dan Farina, 2017) menunjukkan hasil bahwa tingkat pendapatan seseorang dapat mempengaruhi pemilihan alat kontrasepsi. Dalam penelitian ini sebagian besar adalah ibu rumah tangga dan pekerja swasta. Berdasarkan hasil observasi alasan responden memilih menggunakan alat kontrasepsi suntik tersebut karena harga alat kontrasepsi suntik cenderung lebih murah sehingga dapat dijangkau oleh berbagai kalangan masyarakat.

4. Distribusi Frekuensi Penggunaan Kontrasepsi Suntik 3 Bulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada pengguna kontrasepsi suntik 3 bulan di PMB Siti Masithoh, dari 90 responden sebanyak 72 orang (80%) menggunakan KB suntik 3 bulan selama lebih dari 12 bulan (>12 bulan). Responden menyatakan bahwa penggunaan kontrasepsi KB suntik 3 bulan sangat mudah, selain itu harga yang terjangkau menjadi alasan bagi responden untuk menggunakan kontrasepsi KB suntik 3 bulan. Hasil penelitian ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh

Hartanto (2010), bahwa salah satu jenis kontrasepsi yang menjadi pilihan ibu adalah KB suntik, hal ini dikarenakan penggunaan yang efektif, sederhana dan terjangkau. Teori ini juga didukung oleh Arum (2011), yang menyatakan bahwa keuntungan dari penggunaan kontrasepsi suntik yaitu sangat efektif, dapat mencegah kehamilan dalam jangka waktu yang panjang, dan dapat digunakan untuk wanita usia >35 tahun sampai dengan premenopause.

5. Distribusi Frekuensi Peningkatan Berat Badan (BB)

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan kepada pengguna kontrasepsi suntik 3 bulan, dari 90 responden sebanyak 61 orang (67,7%) mengalami kenaikan berat badan, dan sisanya 29 orang (32,3%) tidak mengalami peningkatan berat badan. Peningkatan berat badan pada akseptor KB disebabkan oleh beberapa faktor antara lain jenis alat kontrasepsi yang digunakan. Peningkatan berat badan pada akseptor disebabkan oleh adanya kandungan hormon progesteron yang kuat sehingga merangsang hormon nafsu makan yang ada pada hipotalamus. Menurut pernyataan dari responden yang menyatakan bahwa akseptor KB suntik 3 bulan mengalami peningkatan nafsu makan dan mengalami peningkatan berat badan yang bervariasi antara 1-5 kg di tahun pertama penggunaannya. Hasil penelitian ini sejalan dengan teori dari

Nirwana, dkk (2013), menyatakan bahwa akseptor KB suntik dapat mengalami kenaikan berat badan dikarenakan adanya peningkatan nafsu makan sedangkan pemenuhan nutrisi yang tidak seimbang dengan pemakaian energi untuk aktivitas yang mendukung adanya penumpukan lemak serta peningkatan berat badan.

Disamping itu, peningkatan berat badan juga dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya yaitu keturunan genetic, aktivitas fisik dan metabolisme tubuh. Aktivitas fisik menyebabkan pembakaran lemak pada tubuh sehingga juga mempengaruhi berat badan seseorang (Wahyuni & Chatarina, 2012).

6. Hubungan Penggunaan Kontrasepsi Suntik 3 Bulan dengan Peningkatan Berat Badan Akseptor KB di PMB Siti Masithoh Tahun 2023

Berdasarkan dari hasil tabulasi silang antara lama penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan dengan peningkatan berat badan akseptor KB menunjukkan bahwa dari 90 responden, sebanyak 61 orang (67,7%) mengalami peningkatan berat badan dan sisanya sebanyak 29 orang (32,3%) tidak mengalami peningkatan berat badan. Hasil uji-square menunjukan nilai $p=0,000 < \alpha=0,05$, maka H_a diterima dan H_0 ditolak. Artinya ada hubungan antara lama penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan dengan peningkatan berat badan di PMB Siti Masithoh tahun 2022.

Menurut analisa peneliti, peningkatan berat badan disebabkan oleh beberapa faktor seperti pemakaian jenis kontrasepsi salah satunya kontrasepsi suntik 3 bulan. Pemakaian dalam jangka waktu yang lama dan adanya pengaruh dari hormon progesteron yang mengubah lemak sehingga terjadi penumpukan lemak di bawah kulit menyebabkan berat badan bertambah.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Purba (2023) dan Maulia & Azizie (2020), hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan penggunaan KB suntik 3 bulan dengan kenaikan berat badan. Akseptor KB suntik akan mengalami kenaikan berat badan sebesar 1-5 kg pada tahun pertama pemakaian kontrasepsi suntik. Penggunaan kontrasepsi suntik memiliki efek samping peningkatan berat badan pada pemakaian jangka panjang. Adapun penambahan berat badan pada akseptor KB suntik 3 bulan disebabkan oleh kandungan hormon progesteron mempermudah perubahan karbohidrat dan gula menjadi lemak, sehingga lemak tertumpuk dibawah kulit dan menyebabkan penambahan berat badan. Selain itu, hormon estrogen juga merangsang nafsu makan bertambah dan menurunkan aktivitas fisik yang mengakibatkan penambahan berat badan.

Hasil penelitian juga didukung dengan teori yang dinyatakan oleh Mukhdan (2008), bahwa penggunaan jangka panjang PMPA lebih dari 1 tahun

dapat mengacaukan keseimbangan hormon estrogen dan progesteron dalam tubuh sehingga mengakibatkan terjadi perubahan sel yang normal menjadi tidak normal. Hormon progesteron mengubah karbohidrat menjadi lemak, sehingga efek yang ditimbulkan adalah penumpukan lemak di bawah kulit yang menyebabkan peningkatan berat badan.

Penanganan peningkatan berat badan pada akseptor suntik 3 bulan adalah dengan memberikan Komunikasi, Informasi dan Edukasi (KIE), dengan menjelaskan faktor-faktor penyebab peningkatan berat badan. Penambahan berat badan juga dipengaruhi oleh faktor lain salah satunya pola makan dan aktivitas dari akseptor KB suntik. Maka dari itu, solusi yang tepat untuk mengantisipasi adanya peningkatan berat badan adalah dengan memberikan nasihat dan konseling agar konseptor menjaga pola makan dan melakukan pola hidup sehat.

KESIMPULAN DAN SARA

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai hubungan lama pemakaian kontrasepsi suntik 3 bulan dengan peningkatan berat badan di PMB Siti Masithoh tahun 2022, maka dapat disimpulkan sebagai berikut: 1) Dari 90 akseptor sebanyak 72 akseptor (80%) menggunakan KB suntik 3 bulan selama lebih dari 12 bulan (>12 bulan). 2) Dari 90 akseptor sebanyak 61 akseptor (67,7%) mengalami kenaikan berat badan selama

menggunakan alat kontrasepsi suntik 3 bulan. 3) Berdasarkan dari hasil tabulasi silang menunjukkan ada hubungan lama penggunaan kontrasepsi suntik 3 bulan dengan peningkatan berat badan akseptor KB suntik 3 bulan dengan hasil uji-square menunjukkan nilai $p=0,000 < \alpha=0,05$,

Saran

Adapun saran yang dapat diberikan bagi PMB Siti Masithoh yaitu, diharapkan petugas kesehatan dapat memberikan konseling kepada akseptor KB suntik 3 bulan mengenai manfaat, kelebihan dan kekurangan efek samping penggunaan kotrasepsi tersebut terhadap kenaikan berat badan sehingga nantinya akseptor dapat mengontrol berat badanya dengan cara menerapkan pola hidup sehat. Bagi Penelitian Selanjutnya, diharapkan dapat melakukan penelitian lebih lanjut dengan melibatkan faktor-faktor lain yang berkaitan dengan kontrasepsi suntik.

DAFTAR PUSTAKA

- Affandi, B. (2013) *Buku Panduan Praktis Pelayanan Kontrasepsi*. Jakarta: Bina Pustaka.
- Aisyah, Anieq, & Rahma. (2018). *Manajemen Asuhan Kebidanan Keluarga Berencana Pada Ny" F" Akseptor KB Suntik DMPA Dengan Peningkatan Berat Badan*

- di Pukesmas Bara-Baraya
Makassar
- Anggraeni, A.C. (2012). *Asuhan Gizi Nutritional Care Process*.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*.
- Armini, N. K. A. et al. (2016). *Buku Ajar Keperawatan Maternitas* 2. Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga.
- Basu, T. et al. (2016). 'The Effect of Depo Medroxyprogesterone Acetate
- Cipta. Nursalam .(2016). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Edisi 4. Jakarta: Salemba Medika.
- Darmawati dan Farina. (2017). Pemilihan Alat Kontrasepsi pada Wanita Pekerja di Wilayah Kota Banda Aceh. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Fakultas Keperawatan*. Vol. 2, No. 3. Pp. 1-7
- (DMPA) on Cerebral Food Motivation Centers : A Pilot Study using Functional Magnetic Resonance Imaging'. *Contraception. Elsevier Inc.*, 94(4): 321–327.
- 1(2);100-109. 10-15
- Hartanto .(2010). *Keluarga Berencana dan Kontrasepsi*. Jakarta: Pustaka
- Hartanto, H. (2015). *Keluarga Berencana dan Kontrasepsi*. Jakarta: Pustaka Sinar Harapan.
- Ipaljri, A. (2020). Hubungan penggunaan kontrasepsi suntik terhadap peningkatan berat badan pada akseptor KB di Pukesmas Baloi
- Istiany, A.R. (2014). *Gizi Terapan*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Jacobstein, R., Polis, C. B. dan Epidemiological, S. (2014) 'Best Practice & Research *Clinical Obstetrics and Gynaecology Progestin-only* Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Khoiriah, A. (2017). Hubungan Antara Usia dan Paritas Ibu Bersalin dengan Bayi Berat Lahir Rendah (BBLR) di Rumah Sakit Islam Siti Khadijah Palembang. *Jurnal Kesehatan (JK)*. 8(2): 310-314.
- Maulia, Q., & Azizie Y. L. (2020). Hubungan pemakaian KB

- suntik 3 bulan dengan penambahan berat badan di BPS HJ. Sri Rahayu Desa Pangendingan Kecamatan Larangan Pamekasan. Jurnal satuan bakti bidan untuk negeri. Vol. 3(2); 7-12
- Maulia, Qorie, dkk. "Hubungan Pemakaian Suntik 3 Bulan dengan Penambahan Berat Badan di BPS HJ. Yuni Sri Rahayu Desa Pangendingan Kecamatan Larangan, Pamekasan." Jurnal Sakti Bidadari Vol.3, No.2 (2020):7
- Notoatmodjo, S. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka
- Panjaitan, B., Yusro, H., & Yuliawati. (2017). Hubungan antara jenis kontrasepsi suntik dan lama pemakaian dengan kenaikan berat badan pada akseptor KB. *Jurnal Kesehatan Metro Sai Wawai*. 10(1); Permai Kota Batam tahun 2019. *Zona Kedokteran*. 10(1); 44-53
- Purba, D. (2023). Hubungan penggunaan suntik 3 bulan dengan kenaikan berat badan pada wanita usia subur di Pukermas Maga Kabupaten Mandailing Natal tahun 2022. *Detector: jurnal inovasi riset ilmu kesehatan*. Vol. 1(1), 106-155.
- Saifuddin, A.B. (2014). *Buku Panduan Praktis Pelayanan Kontrasepsi*. Jakarta : PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo
- Shintya, L. A., & Syalom, P. 2022. Hubungan penggunaan kontrasepsi hormonal dengan kenaikan Berat Badan pada Ibu-ibu di Desa Motoling. *Klabat Journal of Nursing*. 4(1); 74-80 Sinar Harapan.
- Speroff, L. dan Darney, P. D. (2011). *A Clinical Guide for Contraception. Fifth Edit*. Lippincott Williams & Wilkins.
- Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Sumberejo Kabupaten Lamongan. *Universitas Islam Lamongan*. 7(2);1-8
- Susila, I & Triana, R. (2015). Hubungan kontrasepsi suntik dengan peningkatan Berat

Badan akseptor (Studi di BPS
Dwenti K.R. Desa
Tanggal 7 Juli 04 Agustus
Tahun 2018. *Jurnal
Midwifery*. Vol.

Vickery, Z. et al. (2013). Weight
change at 12 months in users
of three progestinonly
contraceptive methods
Contraception. *Elsevier Inc.*
88(4).503–508.

Wahyuni dan Chatarina. (2012).
*Kontrasepsi dan kesehatan seksual
reproduktif*. Jakarta: EGC Yogyakarta